Zile de tabără, zile de bucurie

Abia s-a terminat antrenamentul și iubitorii de muzică distractivă s-au strîns în jurul artistului amator. Chitara e nelipsită din programul cultural-distractiv al taberei

Am poposit în aceste zile la Snagov. Și l-am găsit parcă mai tînăr. Mai mult ca oricînd tinerețea, veselia și risul zglobiu au pus stăpînire pe fiecare colțișor de aici, unde natura a fost atît de darnică.

A sosit vacanța ! Doar cîteva zile au trecut de cînd clopoțelul anunța că ultima oră de curs s-a terminat și iată că pe cătargele înălțate aici cu ani în urmă au fost ridicate din nou pavilioanele. Au venit după un an de învățătură purtătorii cravatelor roșii și colegii lor mai mari să petreacă zile de tabără cu bucuriile, farmecul și amintirile lor care nu se uită niciodată.

Era ora 9. 150 de elevi din tabăra sportivă școlară a Ministerului Învățămîntului, după cele 10 minute de gimnastică de înviorare și obișnuitul careu cu raportul ofițerului de serviciu, sînt gata să înceapă programul de pregătire.

17 zile de tabără în care elevii școlilor sportive I și II și ai clubului sportiv școlar din Capitală, împreună cu colegii lor din Timișoara fac canotaj, se odihnesc activ. Au la dispoziție cele mai bune condiții pentru aceasta.

Unii sînt la primii pași și stîngăcia trasului la rame e încă evidentă. Dar nu-i nimic. La dispoziția lor, pentru ca tainele sportului cu rama și pagaia să fie destăinuite stau profesori bine pregătiți ca T. Mihu — directorul taberei — V. Moceanu, M. Florescu, C. Bîrsănescu, Ecaterina Popescu, Gh. Gheorghiu, gata oricînd să-i ajute. Așa cum au făcut și în anii trecuți. Fiindcă tabăra de la Snagov are tradițiile ei.

Constantin Tănăsescu, elev în clasa a IX-a H de la școala medie „M. Sadoveanu" București, a fost aici și cu un an în urmă. Și „se simte" după cum spune el.

— Zilele de tabără petrecute acum un an nu le voi uita niciodată. Despre ele am amintiri plăcute. Anul trecut, după pregătirea de aici am participat la campionatul de juniori. Din nouă echipaje m-am clasat pe locul 5. Eram începător. Azi însă sper la un loc fruntaș.

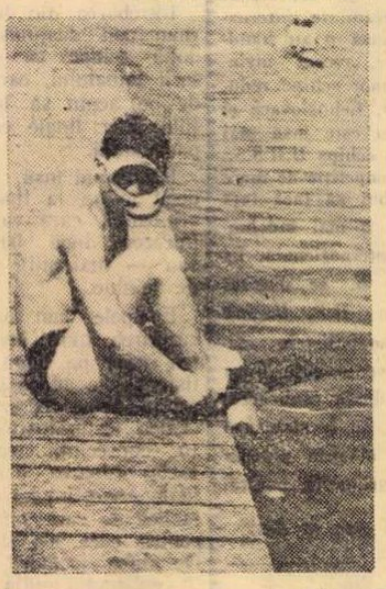
— Nu un loc fruntaș, completează prietenul său Daniel Iatropol, ci campion. L-am văzut în aceste zile pe Tănăsescu și drept să spun a făcut mari progrese. Și mai avem încă zece zile de tabără.

Fac și sporturi complimentare. Ei joacă volei, iar la bara fixă fiecare își consumă „porția" de flotări atît de necesare dezvoltării forței brațelor. Cu migală și pasiune. Așa se nasc campionii.

Orele trec pe nesimțite. Cînd soarele își aruncă la amiază sulițele de foc, 150 de înotători (înotul a fost aici probă obligatorie) se iau la întrecere cu valurile. Urmează masa și apoi odihna obligatorie. Două ore doar clipocitul apei se mai aude. Pînă la ieșirea din nou pe lac a celor peste 20 de ambarcațiuni...

Și cînd amurgul se lasă peste tabără, elevii-canotori își încep programul cultural. Se audiază muzică, se joacă șubah, se cîntă și se dansează. Pe strunele chitarei elevului Thener Jirgan din clasa a X-a a Școlii medii nr. 21 din Capitală își fac loc rînd pe rînd frumoase melodii de muzică ușoară. Cîntă cu el elevii din București și Timișoara, pe care tabăra i-a făcut prieteni parcă de cînd lumea. Și melodiile „fug" apoi pe la cele aproape 40 de corturi unde elevii s-au retras după o plăcută zi de tabără. Victoria Baccela de la Școala medie 27, campioană de junioare și foarte bună la învățătură. Ruoh Donici și Ștefan Duncan de la Școala medie 22, P. Giurgiu de la Școala medie 4, Stana Tudor și Paula Teohari de la Școala pedagogică, V. Vanca, Cristina Hofman, Elena Loica și Ion Ribu din Timișoara, elevi fruntași la învățătură și în sport vor avea multe de povestit. Pentru ei și colegii lor au fost create condiții optime, în așa fel ca zilele de vacanță să fie zile de bucurie. Pentru ei cele mai pitorești locuri din țară au fost împînzite cu tabere. Tînăra noastră generație se bucură de viață !

CONSTANTIN ALEXE



Eu nu cînt — pare să spună Dan Bodea. Înot sub apă... E mai puțin cald

Foto: P. Romoșan

CUM PREGĂTIM EXC

Din viața organizației noastre

Cînd noul consiliu al asociației sportive din Ministerul Transporturilor și Telecomunicațiilor și-a început, anul trecut, activitatea, statistica arăta că la capitolul „membri UCFS" situația este nesatisfăcătoare. Ne-am gîndit cum ar fi mai bine să-i angrenăm în sport pe salariații ministerului nostru. Să dăm prioritate fotbalului, așa cum se întîmplă în multe asociații ? Era puțin probabil că procedînd astfel vom reuși să facem să crească numărul membrilor UCFS, deoarece o bună parte dintre salariații noștri sînt oameni vîrstnici.

Ne-a venit ideea organizării cu regularitate a excursiilor de sfîrșit de săptămînă. Și, într-adevăr, ne-am gîndit bine. Așa se face că, chiar de la organizarea primei excursii, pe litoral, o garnitură de tren formată din 14 vagoane a fost insuficientă pentru numeroșii amatori de a merge în excursie. Chiar de atunci, de la prima excursie făcută după ce noul consiliu al asociației M. T. Tc. și-a luat munca în primire, am reușit să înscriem în UCFS încă 700 de salariați.

Cum organizăm aceste acțiuni ? Desigur că mai întîi avem grijă ca ele să fie binecunoscute de toți salariații. Popularizarea viitoarei excursii constituie deci prima acțiune și ea se face cu 2—3 săptămîni înainte de plecare. Responsabilii celor 32 de grupe sportive care funcționează în ministerul nostru sînt convocați într-o scurtă ședință de către secția de turism a asociației, în care li se aduce la cunoștință planul viitoarei excursii. Imediat apar la locuri vizibile, în birouri, pe culoare, afișe mobilizatoare, care cheamă pe iubitorii turismului să participe la excursia organizată în localitatea respectivă. Ora plecării și a sosirii, itinerarul, sînt temeinic studiate de către doritorii de a participa la acțiunile turistice.

Dar, pentru ca acțiunea să corespundă pe deplin scopului propus, pentru ca excursia să fie cu adevărat un mijloc de recreare, de relaxare după o săptămînă de muncă intensă, consiliul asociației noastre sportive împreună cu comitetul U.T.M. din minister au stabilit de comun acord un plan de manifestațiuni cultural-sportive menit să delecteze pe amatorii de drumeție. Pasionații turismului din asociația noastră sportivă își vor a
pele petrecu
făcute la Hi
de la Bicaz
zane, Snag
les, pe lito
La Cazar
excursii
lîngă viz
țiuni am
gram cult
cursul for
lui nostru.
și dansurile
ne-au lăsat
Se știe că
Ministerul Tra
la
zez
care
toți sa
destul de greu. Ce am făcu
ceastă privință ?

Am organizat excursii și pe
sportive. În cadrul direcțiilor noastre
funcționează 32 de grupe sportive, în
care activează numeroși membri ai
UCFS. Desigur că este mai ușor să
organizezi o excursie cu 200 de sa-
lariați, decît una în care cererile sînt
mult mai mari. Iată de ce consiliul
asociației noastre, analizînd temeinic
posibilitatea organizării cît mai amă-
nunțite a excursiilor de sfîrșit de săp-
tămînă, a hotărît să dea... întîietate
excursiilor organizate pe grupe spor-
tive. Cele mai „active" grupe s-au
dovedit a fi acelea din cadrul Direc-
țiilor tehnice, Mișcare și Comercial și
Direcția administrativă.

Consiliul asociației noastre mani-
festă o grijă deosebită pentru ca sala-
riații care merg în excursii să aibă
asigurat un program cît mai variat
și mai atractiv. Despre manifestațiile
artistice am vorbit mai sus. Noi or-
ganizăm însă și întreceri sportive
care, de fiecare dată au... molipsit și
pe cei vîrstnici. Mingile și plasele de
volei, mingile de fotbal și jocurile de
șah ne însoțesc permanent în deplasă-
rile noastre turistice prin țară. Echi-
pele se alcătuiesc „ad-hoc" și între-
cerile se desfășoară în mijlocul unui
entuziasm general.

Acum, ne pregătim din nou de dru-
meție. Mîine, aproximativ 200 de
membri UCFS, împreună cu familiile
lor, vor lua drumul Snagovului. Le
dorim petrecere frumoasă.

GHEORGHE RĂDULESCU
președintele asociației sportive
M. T. Tc.

Gimnastica de înviorare

„Programul nr. 15"

Exerciții la masă

Ex. 1. — Mers pe patru labe cu trecere pe sub masă.

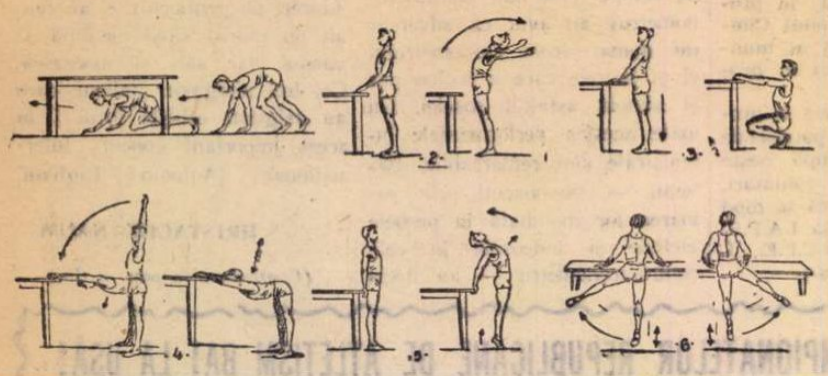
Ex. 2. — Stînd în fața mesei cu mîinile sprijinite : ducerea brațelor lateral, extensia corpului cu ducerea capului pe spate și inspirație (1—2), revenire cu mîinile pe masă, aplecarea capului înainte și expirație (3—4). Se execută de 4—6 ori.

Ex. 3. — Aceeași poziție inițială : îndoirea genunchilor cu arcuire (1—2), revenire (3—4). Exercițiul se repetă de 4—6 ori.

Ex. 4. — Stînd cu picioarele depărtate la un pas distanță de masă, brațele întinse deasupra capului, aplecarea trunchiului la orizontală cu sprijinul mîinilor pe masă : ridicarea capului, apoi executarea a cinci arcuiri apăsînd pieptul în jos. Întregul exercițiu se repetă de 2—3 ori.

Ex. 5. — Stînd lîngă masă, cu spatele, mîinile apucă marginea mesei : ducerea bazinului înainte, arcuirea corpului cu capul pe spate și ridicarea pe vîrfuri (1—2) — revenire (3—4). Se execută de 4—6 ori.

Ex. 6. — Stînd în fața mesei cu mîinile sprijinite : săritură ca mingea pe piciorul stîng de 2 ori cu legănarea piciorului drept lateral, apoi săritură dublă pe piciorul drept cu legănarea piciorului stîng lateral și așa în continuare.



DIN TOATĂ ȚARA

„CUPA REGIUNII PLOIEȘTI" LA TIR

Pe poligonul Petrolul și-au disputat întîietatea trăgători din regiunile Cluj, Bacău și Ploiești în cadrul concursului dotat cu trofeul „Cupa regiunii Ploiești". Cei 30 de concurenți s-au întrecut la cinci probe. Învingătorii : armă liberă 3x40 focuri (seniori) — Ion Denanschi (Ploiești); armă liberă 3x30 focuri (senioare) — Eugenia Bivolaru (Ploiești); armă liberă 3x30 focuri (juniori) — K. Ștefan (Cluj); armă liberă 3x30 focuri (junioare) — Gighi Drăgan (Cluj) ; pistol 60 focuri — Constantin Teodor (Cluj). Clasament general : 1. reg. Ploiești 8.572 p., 2. reg. Bacău, 7.588 p., 3. reg. Cluj 6.325 p.

Gh. Alexandrescu și C. Negulescu
coresp.

CURS DE ARBITRI DE ȘAH

Comisia de șah a regiunii Suceava a organizat la Botoșani un curs de arbitri de șah la care au participat un mare număr de jucători cu experiență din întreaga regiune. Printre cei mai sîrguincioși elevi s-au numărat Ion Avasiloaie, Dumitru Munteanu (Textila Botoșani), Gheorghe Petruc (Progresul Vatra Dornei), Constantin Ianovici (C.S.O. Suceava), Mircea Bodea (Știința Cîmpulung) ș. a. Noii arbitri vor conduce partidele din cadrul actualului campionat republican.

A. Abramovici — coresp.

AU ÎNCEPUT SĂ PRACTICE GIMNASTICA ÎN PRODUCȚIE

Consiliul asociației sportive Tomis, de pe lîngă Direcția de sistematizare, arhitectură și proiectarea construcțiilor din Constanța, a reușit, cu sprijinul organizației de partid și al consiliului orășenesc UCFS, să introducă gimnastica în producție în cadrul institutului. Exercițiile se desfășoară sub conducerea profesoarei de educație fizică Anica Bigan, iar practicanții participă cu regularitate la programul de gimnastică.

I. Ismail — coresp.

O INIȚIATIVĂ LAUDABILĂ

18 posesori de biciclete de oraș și-au disputat întîietatea în cadrul concursului organizat de consiliul asociației sportive Viforul de pe lîngă Sfatul popular al Capitalei. La capătul celor 24 de kilometri primul a sosit Ion Zdîrcă, urmat în ordine de C. Iamandi, D. Drăgan, V. Ichim și I. Radu. Sosirea a avut loc în fața stadionului Steaua. Pe echipe competiția a fost cîștigată de formația Sectorului II, care a cucerit cupa decernată de asociația lor sportivă.

Consiliul asociației sportive Viforul S.P.C. va mai organiza asemenea concursuri rezervate posesorilor de biciclete.

Nicolae D. Nicolae — coresp.

Activitate susținută, rezultate bune

În asociația sportivă „Voința" Constanța își desfășoară activitatea numeroși cooperatori și membrii lor de familie, cuprinși în cele șapte grupe sportive înființate după profilul muncii lor : „Îmbrăcămintea", „Înainte", „Igiena", „Prestarea", „Drum nou", „Arta fotografică", „Muncă și artă". Asociația numără peste 2.200 membri UCFS. Toți sînt cu cotizația achitată la zi.

În această asociație ca grupă sportivă fruntașă este unanim recunoscută „Îmbrăcămintea", care are peste 800 membri UCFS. Responsabilul sportiv al grupei, atletul Enache Lungu, a știut să angreneze un număr însemnat de muncitori în întrecerile sportive pe asociație. Grupa a participat la întrecerile de volei, handbal în 7, tenis de masă cu echipe de fete și băieți și la fotbal. Dintre sportivi s-au evidențiat handbalistele Octavia David și Valeria Nopcea, șahista Maria Toroș, handbalistul Laurențiu Istrate și alții.

Cu multă bucurie au primit cooperatorii vestea reînființării secției de box. În prezent, sub atenta supraveghere și îndrumare a antrenorului Nicolae Buză, numeroși tineri pugiliști se străduiesc să-și asigure o pregătire temeinică. Cinci dintre ei au participat nu de mult la finala campionatului de calificare — faza regională — remarcîndu-se în deosebi juniorul Nicole Crăcia, cîștigător la semimijlocie și Mircea Vasile.

O atenție deosebită acordă consiliul de conducere al asociației Voința recrutării și creșterii de noi cadre sportive din mijlocul copiilor. Astfel, în secția de tenis de masă tînăra antrenoare Irina Scheiber — campioană regională de senioare, se preocupă cu multă dragoste și pricepere de pregătirea grupei de copii. Din cei 18 copii au obținut frumoase rezultate Traian Nicolau, campion regional de juniori, Paula Nicolau, Paul Stere, Mariana Mișcu. Și în secția de volei activează o grupă de 17 fetițe antrenate de profesorul Ion Cristian. Dintre ele s-au remarcat îndeosebi Carmen Marinescu, Eugenia Dan, Timotelia Zamfir etc.

DECEBAL ȚOCA — coresp.

La Arad

O frumoasă excursie cicloturistică de masă

ARAD 6 (prin telefon de la trimisul nostru). Ziarul nostru, în colaborare cu consiliul regional UCFS Banat, organizează la Arad o frumoasă și interesantă excursie cicloturistică de masă. Ieri a avut loc formarea comisiei de organizare la care participă — alături de activiști ai organelor UCFS — 16 președinți de asociații sportive din Arad. A fost fixat locul excursiei : pădurea Utviniș, situată la 7—8 km de oraș. Aici se află un teren de fotbal, terenuri de volei ș.a. Programul întrecerilor sportive care se definitivează în aceste zile cuprinde printre altele interesante competiții între reprezentativele întreprinderilor prezente la excursie. Încă din primele zile ale organizării acestei manifestări sportive de masă tineretul arădean manifestă un deosebit interes pentru excursie. *Edificator în acest sens este și faptul că pînă acum s-au înscris peste 3.000 de participanți !* Desigur că pînă în ziua de 15 iulie, cînd va avea loc excursia, numărul celor care-și vor petrece o zi plăcută în Pădurea Utviniș va spori considerabil.

Organizatorii vor stimula pe participanți cu diferite premii : cel mai tînăr cicloturist, cea mai numeroasă familie participantă la excursie, cea mai disciplinată coloană etc. vor primi distincții.

OTTO BENKŐ